

Freestyle



Heelwork to music



Sveriges Hundungdom
för hundintresserad ungdom

Bjud upp din hund till dans!

Freestyle och heelwork to music är hundsporter som kommit till Sverige och Europa från USA och Kanada. Idag finns sporten i Norden och i många av Europas länder och den blir allt populärare. När sporten först kom till Storbritannien var den tänkt som pausunderhållning och uppvisning vid större hundutställningar. Man ville locka ungdomar att börja träna och tävla i lydning med sina hundar. Då var det främst varianten av freestyle som kallas för heelwork to music som gällde. Glädjen och samarbetet mellan förare och hund är mycket viktigt. Om du gillar musik, dans och hundar och om du och din hund dessutom gillar att showa och uppträda inför folk har du hittat helt rätt – freestyle!



Det ska kännas lika roligt att tävla som att träna! Här syns en storpadel med sin matte som båda verkar gilla freestyle

Fri stil

Freestyle är ett engelskt uttryck som kan översättas med ”fri stil”. Uttrycket gör också att man kan skilja det åt från heelwork to music som är ”fotgående till musik”. Men båda varianterna kan beskrivas som ett slags dans- och lydnessprogram som förare och hund utför tillsammans med musik. Men till skillnad från lydnessprov får föraren lägga upp sitt program själv och välja rörelser eller moment ganska fritt. Föraren väljer också musik till sitt program. Detta gör att det är mycket roligt och varierande att titta på en freestyletävling. Varje ekipage ger helt skilda upplevelser. Freestyle konkurrerar inte alls med vanliga lydnessprov, tvärtom är det en stor fördel om hunden kan olika lydnessmoment då många rörelser i freestyle bygger vidare på dem som finns på lydnessprov. Freestyle och heelwork stärker samarbetet och ökar hundens följsamhet vilket för att det är bra att träna även om man mest är intresserad av att tävla i någon annan sport.

Freestylehunden

De flesta hundar passar för sporten. På tävlingar kan man träffa alltifrån grand danois till chihuahua. Om hunden trivs bra i olika miljöer och har lätt för att koncentrera sig brukar det vara en fördel. Det är snarare föraren som får försöka anpassa sitt program, tempo och musiken till hundens storlek, rörelseschema och temperament.

För vissa, både hundar och förare, kanske grenen heelwork to music passar bättre. Valet är ditt! För att få tävla måste hunden vara minst 12 månader.

Text, foto & layout Lotta Treiberg
© Sveriges Hundungdom 2022
tryckt av Bomastryck i Solna

Hur freestyle går till

Ett program ska innehålla flera olika rörelser som hunden utför tillsammans med sin förare. Programmet ska innehålla mycket show och glädje och utstråla samarbete och tajming mellan förare och hund. Hunden ska vara följsam och lydig för dina kommandon och det ska synas att du och hunden genomför programmet tillsammans. Ett program består av bitar som tillsammans ska bilda en harmonisk enhet. Den första biten är de olika rörelserna som hunden utför. De andra bitarna går ofta in i varandra; musiken och temat för programmet och till sist att sätta ihop alla rörelser till ett program som följer musiken, det som kallas för koreografi. En av de viktigaste grundreglerna är att rörelser och tempot ska utgå från hundens vilja och förmåga.

Hjälpmedel

När man tränar freestyle med sin hund brukar man att använda godis eller en leksak. Många använder sig också av en så kallad klicker när de tränar in olika rörelser. Men på tävlingsbanan ska godis, leksak och klicker inte användas. Däremot får du använda dig av både din kropp och röstkommandon på tävlingar, alltså kan det vara bra att redan från början lära hunden ord/kommandon för rörelserna. Även om duktiga och väl tränade freestylehundar kan göra fantastiska tricks och rörelser så bör inga rörelser vara hisnande cirkuskonster där hunden slår knut på sig själv. Det ska se lätt ut för hunden att göra alla rörelser. Balans och harmoni är viktiga ord i sporten. Ordet balans är viktigt. Hunden ska göra alla rörelser i god balans och programmet ska innehålla en bra balans när det gäller olika rörelser och tempoväxlingar.



Bra träning

Även om du tror att du aldrig kommer delta i någon tävling är sporten jättebra som träning. Du och din hund kommer att ha roligt tillsammans och er kontakt med varandra kommer att bli bättre. Din hund får bra och allsidig gymnastik, den kommer att bli starkare, smidigare och få bättre självförtroende.

Då ni hela tiden kommer att försöka lära er nya rörelser och utveckla dem som ni redan kan, kommer träningen också ge en utmärkt form av aktivering. När ert program börjar sitta och din hund är säker på rörelserna, lyder dina kommandon och ni har god kontakt då är det dags att börja träna dig själv för scen och publik. För även om det är hunden som bedöms är du en viktig del av ert program! Freestyle är en publiksport. Det betyder att man som hundförare hela tiden ska försöka tänka på hur rörelserna och hela programmet kan tänkas se ut för åskådare som är en bit bort. Du själv ska röra dig i takt med musiken och träna dig i att släppa hunden med blicken. Om hunden skulle missförstå dig, försök att improvisera, det är bara du som vet hur ert program är. Och du, glöm inte att le!!

Lydnad – en bra början

Innan du börjar träna freestyle eller heelwork to music måste din hund ha vardagslydnad. Det innebär att den vet betydelsen av vissa ord (= kommandon) och med glädje vill utföra det du ber den om. Den ska kunna stanna/stopp, sitt, komma när du kallar på den och gå fot utan koppel. I freestyle är det tillåtet med dubbelkommando på tävling, vilket innebär att du både kan säga kommandot och visa med din kropp så att hunden lättare förstår vad du vill. En bra start att börja med är att lära hunden att följa förarens hand. När hunden börjar kunna utföra rörelsen lägger du till ditt kommando/namn för just den rörelsen. Så snart hunden lärt sig ordet ska du försöka få den att göra det du ber den om utan att visa med dina händer.

Grundrörelser

Här kommer tips på några freestylrörelser som det kan vara bra att börja med:



Åttan och slalom

I båda dessa rörelser kan du använda dig av dina ben. I åttan går hunden runt och mellan benen, tänk dig att den ritat en åtta. Vidareutvecklingen av rörelsen är att du rör dig framåt eller bakåt och hunden sicksackar sig mellan benen.

Snurr

Hunden snurrar minst ett helt varv runt sin egen axel. Du kan lära hunden att göra snurrar både med- och motsols. När hunden kan snurra kan du lära den att göra en cirkel runt dig i ett eller flera varv.

Tass och hand

Du kan lära din hund att använda ena tassens för att till exempel slå till din hand, som ett ”give me five”.

Positionsarbete

Freestylehundens fotgående betyder att hunden ska kunna följa föraren på både vänster och höger sida. Du tränar in fotgåendet med mycket glädje och kontakt. Ditt mål är att få hunden att följa dig vid den sida du ber om i olika tempon. Positionsarbete är också om hunden går mellan dina ben. I heelwork to music är tio olika positioner tillåtna.

Rulla runt

Du kan lära din hund att ifrån liggande rulla runt ett eller flera varv. Precis som när det gäller andra rörelser får du försöka se och tänka efter om det är något som din hund gillar och verkar ha lätt för.

Hopp

Om din hund gillar att hoppa och har lätt för det kan ni träna på att den hoppar över ett av dina ben, en utsträckt arm eller fritt upp i luften.

Distansarbete

Kallas det för när hunden är en bit från föraren och utför en rörelse. Man kan lära sin hund att backa bakåt och sedan till exempel låta hunden snurra eller något annat.

På bakbenen

Om din hund har lätt att hålla balansen på två ben kan du träna in många rörelser med det som utgångspunkt.



Flera rörelser

Man kan säga att ju fler rörelser som du kan lära din hund att utföra desto lättare blir det att sätta ihop ett bra program. Du kan lära din hund att buga, att vinka eller att sitta fint med tassarna i vädret.



Frontarbete

Kallas det när du och hunden är vända emot varandra. Rör ni er framåt eller bakåt räknas det som positionsarbete.



Musik och program

Musiken du väljer till ditt program har stor betydelse för publikens upplevelse. Det är bra om låten du väljer har en tydlig rytm. Om låten har en refräng i ett tempo som bryter av från verserna lägger du in tempoväxlingar. När det gäller tempo är det viktigt att du väljer det efter hundens förmåga och temperament. Till en hund som rör sig långsamt och försiktigt passar inte en rockig och fartig låt. För en kvick och snabb hund spelar musikalet inte lika stor roll. Här är det mer hundens personlighet som ska få bestämma. En lättstressad hund kan fungera bättre med lugnare musik. Dela upp musiken i flera olika delar och prova vilka rörelser som passar till de olika delarna. Sen tänker du igenom övergångarna noga mellan rörelserna, ert program ska ha bra flyt och rörelserna ska gå väl in i varandra utan avbrott. I bestämmelserna för freestyle finns det angivet hur kort respektive hur långt ett program får vara i varje klass.



Tema och kostymering

Om din musik redan har ett tema är det enklare att välja kläder. Att klä sig i kläder som passar musiken gör det också lättare för publiken att förstå programmets tema och din tolkning av musiken. Det finns några saker att tänka på när det gäller dina kläder. Freestyle är ingen maskerad, men det är roligare att titta på ett program där allt i programmet är genomtänkt. Tänk på att inte ha på dig kläder som stör din hund att utföra rörelser eller som hindrar dig. Man får smycka sin hund, med halsband till exempel, men om det skulle störa hunden blir det poängneddrag från domarna. Däremot är det **inte tillåtet** att spraya glitter, färg eller något annat på hunden. Det är tillåtet att ta med sig föremål in på tävlingsbanan, men föremålen måste användas i programmet och då inte som en belöning för hunden.

På tävling

Du och din hund är under bedömning från det att musiken sätter igång (vilket görs på ditt tecken) till dess att ditt program är avslutat. Det är två till tre domare som bedömer varje ekipage. Vill du börja tävla och vara helt uppdaterad bör du läsa de aktuella reglerna noga. Det är tre olika kategorier som bedöms: 1. Precision och samarbete, 2. Innehåll samt 3. Tolkningen av musiken. Hundens rörelser och ert samarbete hamnar i den första kategorin medan svårighetsgraden hamnar under innehåll och hundens tajming till musiken när det gäller rörelser hamnar under den tredje kategorin. Rörelser som utförs väl och med bra flyt ger höga poäng. Samarbetet och glädjen mellan föraren och hunden är ofta det som berör i ett riktigt bra program. Ofta är det viktigare att arbeta med glädjen och följsamheten hos hunden än att lära den en massa komplicerade rörelser. Det är också viktigt att programmet känns varierat och att bytet mellan rörelserna sker på ett bra sätt. Som mest kan man få 10 poäng i varje kategori, alltså max 30 poäng.

Tävlingsregler

Freestyle har varit en officiell hundsport sedan 2007. Det är Svenska Hundfreestyleklubben (**hundfreestyle.se**) som är huvudman för sporten. Det finns tre klasser att tävla i, både i freestyle och heelwork to music som är officiella; från klass 1 till klass 3. Klass 1 är till för nybörjarhundar och får man tillräckligt höga poäng i den klassen får man flytta upp till nästa klass och så vidare. De hundar som får höga poäng kan få Freestylediplom och i klass 3 delas även certifikat ut till registrerade hundar och hunden kan bli champion. Det finns också några inofficiella klasser som brukar anordnas, där flera förare och hundar tävlar tillsammans, eller en förare med två eller flera hundar, teamwork to music.

Agria Freestyle Cup

Tillsammans med Djurförsäkringsbolaget Agria har vi en cup som är till för våra medlemmar som är högst 25 år. Syftet är att få flera att börja träna och tävla i freestyle. Man kan tävla i klass 1, 2 och klass 3. Uttagningstävlingarna kan arrangeras på våra lokala hundungdomsklubbar, men även av brukshundklubbar, rasklubbar och lokala kennelklubbar till exempel. De tre som får högst poäng inbjuds till finalen som är i slutet av året. Kontakta din klubb om du vill att den ska ordna en uttagningstävling i Agria Freestyle Cup.

Heelwork to music

Är en publiksport, precis som freestyle, men här är det ett bra och följsamt fotgående som ska vara dominerande under hela programmet. Hunden och föraren ska arbeta nära varandra hela tiden, under minst 75 procent av programmets längd, resterande 25 procent består av freestyle rörelser.

Den här australian kelpien visar en av de tio olika positionerna som är godkända enligt reglerna.



Hundens position kan vara på olika sidor om föraren och i de officiella regler för heelwork to music är upp till tio olika positioner tillåtna. I den här grenen kräver man mycket av hundens följsamhet vid ”fotgåendet” och att den håller sin position stabilt. Det har tagit lite längre tid för heelwork att få anhängare - i jämförelse med freestyle - men sedan ett par år växer intresset starkt.

Börja med freestyle

Freestyle är lätt att träna hemma, där kan du och hunden träna in alla rörelser i lugn och ro. Om hunden ska hoppa eller röra sig på bakbenen är det viktigt att ordna med halkfritt underlag. När vädret tillåter kan ni träna utomhus på en gräsmatta. Men det roligaste är förstås om man är några stycken som tränar tillsammans. Då kan man hjälpa varandra med tips och råd. På din klubb hittar du säkert flera som är intresserade av freestyle och det kanske finns kurser som du kan delta i. Det blir fler och fler tävlingar runt om i landet. På många officiella tävlingar brukar man även anordna träningsklasser, vilket kan vara en bra start för om man är nybörjare. Du hittar alla tävlingar på Svenska Hundfreestyleklubbens tävlingssida; **Hundaktiv.se**. Om du vill veta mer om freestyle och vad som är på gång är du välkommen att kontakta Sveriges Hundungdom.

Vad är Sveriges Hundungdom?

Vi är främst till för dig som är mellan 6 och 25 år. Sveriges Hundungdom är Svenska Kennelklubbens (SKK:s) och Svenska Brukshundklubbens (SBK:s) ungdomsförbund. Till oss är du välkommen med vilken hundras som helst, du kan vara nybörjare eller rutinerad.

På våra lokala Hundungdomsklubbar, som finns runt om i landet, anordnas kurser i freestyle, agility, lydnad, rallylydnad, bruks och handling. Många av våra klubbar har läger, tävlingar, träffar och funktionärsutbildningar. Mer information om våra aktiviteter och medlemskap hos oss får du genom kansliet och vår hemsida.

Förmåner

Som medlem hos oss får du många förmåner, bland annat medlemstidningar och ungdomsmedlemskap. Det betyder att du får två extra medlemskap, ett i SKK länsklubb och ett i en ras- eller specialklubb. Du har också rätt att tävla i de flesta hundsporter på ditt medlemskap hos oss. Andra förmåner är att du får 15 procents rabatt på enskild hundförsäkring hos Agria Djurförsäkringar och 15 procent på hundmat och hundgodis från PrimaDog.

Sveriges Hundungdom

Box 478

191 24 Sollentuna

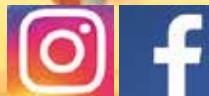
08-795 30 85

info@shu.se

www.shu.se



Följ oss på



prima
DOG

Agria 
Djurförsäkring